

**HUBUNGAN ANTARA KEBAHAGIAAN (*HAPPINESS*)
DENGAN STRES KERJA PADA PENGEMUDI OJEK
ONLINE DI SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH:

Michael Putra Kristianto
NRP 7103017045

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2020

**HUBUNGAN ANTARA KEBAHAGIAAN (*HAPPINESS*)
DENGAN STRES KERJA PADA PENGEMUDI OJEK
ONLINE DI SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi



OLEH:

Michael Putra Kristianto
NRP 7103017045

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2020

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Michael Putra Kristianto

NRP : 7103017045

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

**“HUBUNGAN ANTARA KEBAHAGIAAN (*HAPPINESS*)
DENGAN STRES KERJA PADA PENGEMUDI OJEK ONLINE DI
SURABAYA”**

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak yang bersangkutan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 21 Desember 2020

Yang membuat pernyataan



[Signature]
Michael Putra Kristianto

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN

PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Dengan perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Michael Putra Kristianto

NRP : 7103017045

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA KEBAHAGIAAN (*HAPPINESS*) DENGAN STRES KERJA PADA PENGEMUDI OJEK ONLINE DI SURABAYA

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 Desember 2020



Michael Putra Kristianto

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

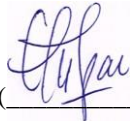
“HUBUNGAN ANTARA KEBAHAGIAAN (*HAPPINESS*) DENGAN STRES KERJA PADA PENGEMUDI OJEK ONLINE DI SURABAYA”

Oleh :

Michael Putra Kristianto

NRP : 7103017045

Telah dibaca, disetujui dan diterima untuk dilakukan pengujian ke tim penguji skripsi.

Pembimbing : Eli Prasetyo, M.Psi., Psikolog. ()

NIDN : 0726068203

Email : eli@ukwms.ac.id

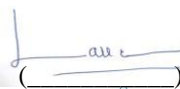

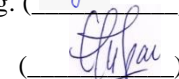

Surabaya, 21 Desember 2020

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Pada tanggal 21 Desember 2020



Dewan Penguji :

1. Ketua : Dr. Nurlaila Effendy, M.Si. ()
2. Sekretaris : Happy Cahaya Mulya, M.Psi., Psikolog. ()
3. Anggota : Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog. ()
4. Anggota : Eli Prasetyo, M.Psi., Psikolog. ()

NIDN : 0726068203

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk :

Tuhan Yesus

Mama, Papa, cece

Semua pihak yang dengan setia mendukung dan mendampingi saya

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

HALAMAN MOTTO

Whoever can be trusted with very little can also be trusted with much, and whoever is dishonest with very little will also be dishonest with much.

Luke 16 : 10 (NIV)

Barangsiapa setia dalam perkara-perkara kecil, ia setia juga dalam perkara-perkara besar. w Dan barangsiapa tidak benar dalam perkara-perkara kecil, ia tidak benar juga dalam perkara-perkara besar.

Lukas 16 : 10 (TB)

Artinya, jika kita setia dengan perkara-perkara yang kecil, seperti: tugas, pekerjaan, serta dapat menyelesaikan beberapa permasalahan-permasalahan lainnya, maka kita akan setia dan bertanggung jawab di perkara-perkara yang besar. Tetapi jika kita tidak bijak dan bertanggung jawab dengan perkara-perkara atau persoalan yang kecil, maka kita juga tidak dipercaya dan tidak dimampukan dalam perkara-perkara yang besar. Tanggung jawab tidak hanya kepada diri sendiri atau orang lain, melainkan juga bertanggung jawab kepada Tuhan atas hasil usaha dan kerja keras yang telah kita lakukan selama ini.

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan syukur kepada Tuhan Yesus, karena berkat rahmat-Nya yang memberikan kekuatan dapat menyelesaikan penelitian ini dari awal hingga akhir dengan baik. Peneliti menyadari bahwa jika hanya mengandalkan kemampuan diri sendiri sebagai manusia dan tanpa penyertaan Tuhan, tentunya peneliti tidak mampu menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Penelitian ini dapat berjalan dengan baik karena adanya campur tangan dari Tuhan Yesus sebagai Tuhan yang maha esa. Selain itu, peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya untuk pihak-pihak yang terlibat dan membantu peneliti dalam proses pembuatan skripsi ini (baik dari segi dukungan, doa, dan sebagainya). Pihak-pihak tersebut antara lain:

1. **Tuhan Yesus Kristus** yang telah memberikan kuasa perlindungan dan kekuatan-Nya dalam kehidupan peneliti.
2. **Keluarga peneliti**, untuk Bapak Jimmy (Papa), Any Widiastuti (Mama), dan Novita Kristiani (Cece) yang telah memberikan dukungan, bimbingan, doa, kasih sayang, dukungan dana pada peneliti hingga proses hasil penelitian ini selesai.
3. **Dosen pembimbing**, Ibu Eli Prasetyo M.Psi, Psikolog, yang telah mendampingi dalam proses pembuatan skripsi, memberikan saran dan semangat selama peneliti berada di Fakultas Psikologi UKWMS.
4. **Dosen Mentor**, Pak Andhika Alexander Repi M.Psi, Psikolog, yang telah membantu memberikan saran dan semangat dalam proses penelitian.

5. **Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya**, terimakasih telah memberikan pengalaman pembelajaran yang baik selama peneliti menempuh perkuliahan.
6. **Dekanat Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya**, Ibu F. Yuni Apsari, M.Psi., Psikolog. Saya ucapkan terima kasih telah membimbing saya dalam Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
7. **Segenap tenaga administrasi / tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya**, terimakasih telah membantu peneliti dalam proses pembuatan surat ijin.
8. **Responden ojek online Surabaya**, saya mengucapkan terima kasih untuk partisipasi para responden yaitu pengemudi ojek *online* di kota Surabaya yang telah mau berpartisipasi dan terlibat dalam penelitian ini.
9. **Kekasih**, Elonora Helen Agyo Pasca Nona. Terima kasih telah memberikan dukungan semangat, doa, dan saran-saran dalam penelitian ini.
10. **Sahabat**, Yosafat Surya, yang telah membantu peneliti dalam mencari data, berkeliling mencari responden di kota Surabaya.
11. **Sahabat SMA**, Alfian, Theo, Refmon terima kasih dalam memberikan dukungan semangat.
12. **Sahabat sharing**, Beckham Johannis, Ronaldo Marcellino, Arya Ramadandi, Julius Fernando, Devira Asyagemilang, Lidya Natalia yang turut serta dalam memberikan saran dalam penelitian ini.

13. **Teman-teman angkatan 2017**, saya ucapkan terima kasih untuk semua teman dan sahabat di angkatan 2017 Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, terima kasih dukungan doa, saran, dan semangat yang telah kalian berikan.
14. Dan semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dalam kesempatan ini.

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	ii
Surat Pernyataan.....	iii
Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	iv
Halaman Persetujuan	v
Halaman Pengesahan.....	vi
Halaman Persembahan	vii
Halaman Motto.....	viii
Ungkapan Terimakasih.....	ix
Daftar Isi	xii
Daftar Tabel	xiv
Abstraksi	xv

BAB I PENDAHULUAN..... 1

1.1. Latar Belakang Penelitian	1
1.2. Batasan Masalah.....	6
1.3. Rumusan Masalah.....	7
1.4. Tujuan Penelitian.....	7
1.5. Manfaat Penelitian.....	7
1.5.1. Manfaat Teoritis	7
1.5.2. Manfaat Praktis.....	7

BAB II LANDASAN TEORI 8

2.1. Stres Kerja.....	8
2.1.1. Definisi Stres Kerja	8
2.1.2. Aspek Stres Kerja.....	8
2.1.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja	9
2.2. Kebahagiaan (<i>Happiness</i>)	11
2.2.1. Definisi Kebahagiaan (<i>Happiness</i>).....	11
2.2.2. Aspek Kebahagiaan (<i>Happiness</i>).....	11
2.2.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan.....	12
2.3. Ojek <i>Online</i>	14
2.4. Hubungan antara Stres Kerja dengan Kebahagiaan (<i>Happiness</i>)....	15
2.5. Hipotesis Penelitian	17

BAB III METODE PENELITIAN	18
3.1. Indentifikasi Variabel Peneltian	18
3.2. Definisi Operasional	18
3.2.1. Definisi Operasional Stres Kerja	18
3.2.2. Definisi Operasional Kebahagiaan (<i>Happiness</i>)	18
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	18
3.3.1. Populasi	18
3.3.2. Teknik Pengambilan Sampel	19
3.4. Metode Pengumpulan Data	19
3.4.1. Skala Stres Kerja	19
3.4.2. Skala Kebahagiaan (<i>Happiness</i>).....	20
3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	21
3.5.1. Uji Validitas	21
3.5.2. Uji Reliabilitas.....	22
3.6. Teknik Analisa Data	22
3.6.1. Uji Normalitas	22
3.6.2. Uji Linieritas	23
3.7. Etika Penelitian.....	23
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	24
4.1. Orientasi Kancan Penelitian	24
4.2. Persiapan Alat Ukur.....	25
4.2.1. Perijinan untuk Skala.....	25
4.2.2. Penggandaan Alat Ukur	26
4.3. Pelaksanaan Penelitian.....	26
4.4. Hasil Penelitian.....	27
4.4.1. Uji Validitas Aitem.....	27
4.4.2. Uji Reliabilitas.....	30
4.4.3. Deskripsi Identitas Partisipan.....	30
4.4.4. Deskripsi Data Variabel Penelitian	34
4.4.5. Uji Asumsi	38
4.4.6. Uji Hipotesis.....	38
BAB V PENUTUP	39
5.1. Bahasan	39
5.2. Kesimpulan	43
5.3. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. <i>Blue Print</i> Skala Stres Kerja.....	20
Tabel 3.2. Skor Item Skala Stres Kerja	20
Tabel 3.3. <i>Blue Print</i> Skala Kebahagiaan (<i>Happiness</i>)	21
Tabel 3.4. Skor Item Skala Kebahagiaan (<i>Happiness</i>).....	21
Tabel 4.1. Item Gugur dan Item Sahi Skala Stres Kerja	28
Tabel 4.2. Item Gugur dan Item Sahi Skala <i>Oxford Happiness Questionnaire</i> (OHQ)	29
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia	30
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin	30
Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Pernikahan	31
Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Terakhir	31
Tabel 4.7. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perusahaan/ <i>Platform</i>	32
Tabel 4.8. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Bekerja	32
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jam Kerja	33
Tabel 4.10. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendapatan Pesanan.....	33
Tabel 4.11. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendapatan Perhari	34
Tabel 4.12. Kategorisasi Skala Stres Kerja.....	35
Tabel 4.13. Kategorisasi Skala Kebahagiaan (<i>Happiness</i>).....	36
Tabel 4.14 Tabulasi Silang Stress Kerja dengan Kebahagiaan (<i>Happiness</i>).....	37

Michael Putra Kristianto. (2020). “Hubungan antara Kebahagiaan (*Happiness*) dengan Stres Kerja pada Pengemudi Ojek Online di Surabaya”. Skripsi Sarjana Strata 1. Fakultas Psikologi. Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Tingkat stres kerja karyawan yang tinggi dapat memberi dampak negatif pada individu maupun instansi individu bekerja. Stres kerja merupakan kondisi ketegangan yang menyebabkan adanya ketidakseimbangan kondisi fisik, dan psikis pada karyawan yang bersumber dari individu (*internal*) maupun organisasi (*eksternal*) sehingga berpengaruh pada fisik, psikologis, perilaku karyawan. Komponen kebahagiaan (*Happiness*) dapat mempengaruhi tingkat stres kerja pada individu. Kebahagiaan (*Happiness*) adalah perasaan bahagia yang dirasakan oleh setiap orang secara berbeda (*subjective*). Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui dan menganalisa hubungan kebahagiaan (*Happiness*) dengan stres kerja pada pengemudi ojek *online*. Partisipan pada penelitian ini merupakan pengemudi ojek *online* di Surabaya sebanyak 49 orang ($N=49$). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Incidental Sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala stres kerja dan skala kebahagiaan (*Happiness*) *OHQ* yang berupa kuisioner. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang negatif antara kebahagiaan (*Happiness*) dengan stres kerja pada pengemudi ojek *online* di Surabaya, dengan Koefisien korelasi (r) sebesar $-0,791$ dan signifikansi (p) sebesar $0,0000$ ($p < 0,05$). Artinya, semakin tinggi kebahagiaan pada pengemudi ojek *online* di Surabaya, semakin rendah pula stres kerja dan semakin rendah kebahagiaan seorang pengemudi ojek *online* di Surabaya maka semakin rendah pula stres kerja yang dialami. Besarnya pengaruh total variabel kecerdasan emosional terhadap variabel stres kerja adalah sebesar $0,625$ atau $62,5\%$, dan sisanya sebesar $37,5\%$ dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti kondisi kerja, motivasi, budaya organisasi, lingkungan kerja, dan kepemimpinan.

Kata kunci: stress kerja, kebahagiaan, ojek *online*.

Michael Putra Kristianto. (2020). *“The Relationship between Happiness and Job Stress among Ojek Drivers at Surabaya”*. Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology. Widya Mandala Surabaya Catholic University.

ABSTRACT

Job stress is a condition of tension that causes an imbalance in the physical and psychological conditions of employees sourced from individuals (internal) and organizations (externally), that can affects the physical, psychological, and behavior of employees. The component of happiness can affect the level of work stress in individuals. Happiness is subjective feeling happiness because it is felt by each person differently. This research aimed to examine the relationship between happiness and work stress. Participants were 49 ojek drivers at Surabaya (N = 49). The sampling technique in this study used an Incidental Sampling. The data was collected using a work stress scale and an OHQ scale of happiness in the form of a questionnaire. The results showed that there was a negative relationship between happiness and work stress in ojek drivers at Surabaya, with a correlation coefficient (r) of -0.791 and a significance (p) of 0.0000 ($p < 0.05$). The higher the happiness levels of ojek drivers at Surabaya, the lower work stress it is. Vice versa, the lower the happiness levels of ojek drivers at Surabaya, the lower work stress it is. The total effect of the emotional intelligence on the work stress variable is 0.625 or 62.5%, and the remaining 37.5% are influenced by other variables not examined in this study such as working conditions, motivation, organizational culture, work environment, and leadership.

Keywords: *job stress, happiness, ojek drivers.*